"APRENDE A CONTROLAR TUS EMOCIONES NEGATIVAS"
¿QUE HACER CUANDO SENTIMOS UNA DE ELLAS?

INSTRUCCIONES: Relaciona la emoción negativa con lo que debes hacer para controlarla.



ENOJADO

Cuenta hasta 10



TRISTE

Salir a caminar



FURIOSO

Respira profundamente



NERVIOSO

Abraza a quien te haga sentir mejor



TEMEROSO

Piensa en algo lindo

DENUNCIAS E INCONFORMIDADES
800 466 37 86
PROINTEGRIDAD
prointegridad.puebla.gob.mx
PUEBLA
LIVEWORKSHEETS